

## Pengaruh murattal al-qur'an, musik klasik, tekanan darah dan *proteinuria* pada ibu hamil berisiko preeklampsia

Wiwin Windiarsih, Mamlukah, Dwi Nastiti Iswarawanti

Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Bhakti Husada Indonesia

### How to cite (APA)

Windiarsih, W., Mamlukah, M., Iswarawanti, D. N. (2025). Pengaruh murattal al-qur'an, musik klasik, tekanan darah dan *proteinuria* pada ibu hamil berisiko preeklampsia. *Journal of Midwifery Care*, 5(2), 386–394. <https://doi.org/10.34305/jmc.v5i02.1719>

### History

Received: 03 April 2025

Accepted: 16 Juni 2025

Published: 25 Juni 2025

### Corresponding Author

Wiwin Windiarsih, Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Bhakti Husada Indonesia; [wiwinwindiarsih@gmail.com](mailto:wiwinwindiarsih@gmail.com)



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Angka kematian ibu global pada 2023 mencapai 197 per 100.000 kelahiran hidup. Preeklampsia meningkatkan risiko hipertensi, stroke, dan tromboemboli. Kecemasan pada ibu hamil sering terjadi, sehingga terapi non-farmakologis seperti Murattal Al-Qur'an dan musik klasik digunakan untuk mengurangi kecemasan dan risiko preeklampsia. Penelitian ini bertujuan untuk menilai pengaruh Murattal Al-Qur'an dan musik klasik terhadap kecemasan, tekanan darah, dan *proteinuria* pada ibu hamil berisiko preeklampsia.

**Metode:** Penelitian kuasi-eksperimental ini menggunakan desain dua kelompok pra dan pasca-tes, dengan 72 responden dari wilayah kerja Puskesmas Rajagaluh. Teknik sampling menggunakan cluster sampling dan analisis data dengan uji T.

**Hasil:** Murattal Al-Qur'an berpengaruh signifikan terhadap kecemasan ( $p=0,000$ ), tekanan darah sistolik ( $p=0,000$ ), diastolik ( $p=0,000$ ), dan *proteinuria* ( $p=0,007$ ). Musik klasik juga berpengaruh signifikan terhadap kecemasan ( $p=0,000$ ), tekanan darah sistolik ( $p=0,032$ ), diastolik ( $p=0,006$ ), dan *proteinuria* ( $p=0,005$ ).

**Kesimpulan:** Kedua terapi efektif menurunkan kecemasan, tekanan darah, dan *proteinuria*.

**Kata Kunci :** Preeklampsia, kecemasan, murattal al-qur'an, musik klasik, terapi non-farmakologis

### ABSTRACT

**Background:** The global maternal mortality rate in 2023 reached 197 per 100,000 live births. Preeclampsia increases the risk of hypertension, stroke, and thromboembolism. Anxiety is common among pregnant women, so non-pharmacological therapies such as Murattal Al-Qur'an and classical music are used to reduce anxiety and the risk of preeclampsia. This study aims to assess the effect of Murattal Al-Qur'an and classical music on anxiety, blood pressure, and *proteinuria* in pregnant women at risk of preeclampsia.

**Method:** This quasi-experimental study used a two-group pre- and post-test design, involving 72 respondents from the working area of Rajagaluh Public Health Center. Cluster sampling was used for sample selection, and data were analyzed using the T-test.

**Result:** Murattal Al-Qur'an significantly affected anxiety ( $p=0.000$ ), systolic blood pressure ( $p=0.000$ ), diastolic blood pressure ( $p=0.000$ ), and *proteinuria* ( $p=0.007$ ). Classical music also had a significant effect on anxiety ( $p=0.000$ ), systolic blood pressure ( $p=0.032$ ), diastolic blood pressure ( $p=0.006$ ), and *proteinuria* ( $p=0.005$ ).

**Conclusion:** Both therapies are effective in reducing anxiety, blood pressure, and *proteinuria*.

**Keyword :** Preeclampsia, anxiety, murattal al-qur'an, classical music, non-pharmacological therapy

## Pendahuluan

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan indikator utama dalam menilai kualitas kesehatan perempuan. WHO dalam target SDGs menargetkan penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) global menjadi kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup pada 2030 (WHO, 2020). Namun, laporan WHO tahun 2023 menunjukkan bahwa Angka Kematian Ibu (AKI) global masih tinggi, yaitu sebesar 197 per 100.000 kelahiran hidup, dengan 92% kematian terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Di Indonesia sendiri, meskipun terjadi penurunan dari 305 pada tahun 2015 menjadi 189 pada tahun 2020, namun data Maternal Perinatal Death Notification (MPDN) justru menunjukkan kenaikan jumlah kasus dari 4.005 kematian pada 2022 menjadi 4.129 kematian pada 2023 (RI, 2024). Di Jawa Barat, Angka Kematian Ibu (AKI) masih cukup tinggi, yaitu 187 per 100.000 kelahiran hidup, termasuk di Kabupaten Majalengka yang mencatat 108 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup pada 2023.

Salah satu penyebab utama kematian ibu adalah preeklampsia, yang secara global diperkirakan menyebabkan 50.000–76.000 kematian ibu dan 500.000 kematian bayi per tahun. Di Indonesia, terdapat sekitar 128.273 kasus preeklampsia setiap tahun atau sekitar 5,3% dari total global. Jawa Barat menjadi provinsi dengan angka tertinggi kematian ibu, dan preeklampsia menempati urutan pertama sebagai penyebabnya (Sudirman et al., 2021). Preeklampsia biasanya muncul setelah usia kehamilan 20 minggu dan ditandai oleh tekanan darah tinggi, *proteinuria*, dan edema, dengan penyebab pasti yang belum sepenuhnya dipahami. Kondisi ini tidak hanya berisiko saat kehamilan dan persalinan, tapi juga setelahnya, karena dapat menimbulkan komplikasi kardiovaskular jangka panjang.

Selama masa kehamilan, khususnya trimester ketiga, ibu hamil rentan

mengalami kecemasan akibat perubahan fisik dan psikologis yang *signifikan* (Rahman, 2020). Studi menunjukkan bahwa 1 dari 4 ibu hamil mengalami gangguan jiwa selama kehamilan (RI, 2020), dan kecemasan berlebihan dapat berdampak buruk pada proses persalinan hingga menyebabkan kematian ibu atau bayi (Suharnah et al., 2021). Untuk mengatasinya, kombinasi terapi farmakologis dan non-farmakologis, seperti terapi musik klasik atau murattal Al-Qur'an, terbukti dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan (Isnaini et al., 2020). Di Kabupaten Majalengka, pada tahun 2023 tercatat 713 ibu hamil berisiko preeklampsia dari total 18.993, dengan Puskesmas Rajagaluh menempati peringkat ketiga terbanyak kasus. Berdasarkan kondisi ini, penelitian dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi murattal Al-Qur'an dan musik klasik terhadap kecemasan, tekanan darah, dan *proteinuria* pada ibu hamil berisiko preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Rajagaluh, Majalengka, tahun 2024.

## Metode

Penelitian desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan dua kelompok yang melibatkan pengukuran sebelum dan sesudah intervensi. Populasi dalam studi ini terdiri dari 284 ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas Rajagaluh, Kabupaten Majalengka. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *probability sampling* dengan pendekatan *cluster sampling*. Dari populasi tersebut, sebanyak 72 orang dijadikan sebagai sampel penelitian. Untuk mengukur tingkat kecemasan responden, penelitian ini memanfaatkan instrumen berupa Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Sementara itu, *analisis* data dilakukan dengan menggunakan uji *statistik independent t-test* guna mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan antar dua kelompok.

## Hasil

Tabel 1. Gambaran karakteristik responden

Variabel	Kelompok Terapi Murattal Al-qur'an (n=36)		Kelompok Terapi Musik Klasik (n=36)		Jumlah	
	n	%	N	%	n	%
<b>Kecemasan</b>						
Tidak Ada Kecemasan	9	25	12	33,3	21	29,2
Kecemasan Ringan	16	44,4	15	41,7	31	43
Kecemasan Sedang	6	16,7	8	22,2	14	19,5
Kecemasan Berat	5	13,9	1	2,8	6	8,3
Kecemasan Berat sekali	0	0	0	0	0	0
<b>Tekanan Darah Systolik</b>						
Normal	19	52,8	25	69,4	44	61
Pra Hipertensi	13	36,1	10	27,8	23	32
Hipertensi Tahap 1	2	5,6	1	2,8	3	4
Hipertensi Tahap 2	2	5,6	0	0	2	3
<b>Tekanan Darah Diastolik</b>						
Normal	19	52,8	26	72,2	45	62,5
Pra Hipertensi	11	30,6	8	22,2	19	26,4
Hipertensi Tahap 1	3	8,3	2	5,6	5	7
Hipertensi Tahap 2	3	8,3	0	0	3	4,1
<b>Proteinuria</b>						
Positif	3	8,3	2	5,6	5	7
Negatif	33	91,7	34	94,4	67	93

Tabel 1 menunjukkan dari 72 responden hampir setengahnya responden memiliki kecemasan ringan (43%), sebagian besar memiliki tekanan darah sistolik normal

(61%), sebagian besar responden memiliki tekanan darah diastolik normal (62,5%) dan hampir seluruhnya responden memiliki *proteinuria* yang negatif (93%).

Tabel 2. Gambaran tekanan darah, kecemasan dan *proteinuria* sebelum dan sesudah perlakuan

Variabel		Kelompok Terapi Murattal Al-qur'an (n=36)	Kelompok Terapi Musik Klasik (n=36)
		<b>Kecemasan</b>	
Pre test	Mean	17,47	16,58
	Min-Max	3-30	5-33
	SD	7,569	6,496
Post Test	Mean	12,61	12,44
	Min-Max	3-26	3-20
	SD	5,653	4,638
<b>Tekanan Darah Systolik</b>			
Pre test	Mean	119,28	113,28
	Min-Max	89-160	86-144
	SD	17,272	11,520
Post Test	Mean	111,33	110,25
	Min-Max	89-141	91-133
	SD	13,232	11,599
<b>Tekanan Darah Diastolik</b>			
Pre test	Mean	78,36	75,03
	Min-Max	61-101	53-91

Post Test	SD	10,797	9,176
	Mean	72,92	72,28
	Min-Max	56-90	50-98
	SD	7,966	10,708
<b>Proteinuria</b>			
Pre test	Mean	3	2
Post Test	Mean	0	1

Tabel 2 menunjukkan Sebelum diberikan terapi Murattal Al-Qur'an, rata-rata tingkat kecemasan sebesar 17,47 (rentang 3–30), sedangkan sebelum terapi musik klasik sebesar 16,58 (rentang 5–33). Setelah intervensi, rata-rata kecemasan menurun menjadi 12,61 (Murattal) dan 12,44 (musik klasik). Tekanan darah sistolik rata-rata sebelum terapi Murattal adalah 119,28 mmHg (89–160), dan 113,28 mmHg

(86–144) sebelum terapi musik klasik. Setelah intervensi, rata-rata tekanan sistolik menjadi 111,33 mmHg (Murattal) dan 110,25 mmHg (musik klasik). Adapun rata-rata tekanan darah diastolik sebelum terapi Murattal adalah 78,36 mmHg (61–101), dan 75,03 mmHg (53–91) sebelum terapi musik klasik. Setelah diberikan terapi, rata-ratanya menjadi 72,92 mmHg (Murattal) dan 72,28 mmHg (musik klasik).

**Tabel 3. Hasil uji T (independent sample t-test) sebelum dan sesudah diberikan perlakuan**

Variabel		Kelompok Terapi	<i>P</i>	Kelompok Terapi	<i>p</i>
		Murattal Al-qur'an (n=36)		Musik Klasik (n=36)	
<b>Kecemasan</b>					
Pre test	Mean	17,47	0,000	16,58	0,000
	Min-Max	3-30		5-33	
	SD	7,569		6,496	
Post Test	Mean	12,61		12,44	
	Min-Max	3-26		3-20	
	SD	5,653		4,638	
<b>Tekanan Darah Sistolik</b>					
Pre test	Mean	119,28	0,000	113,28	0,032
	Min-Max	89-160		86-144	
	SD	17,272		11,520	
Post Test	Mean	111,33		110,25	
	Min-Max	89-141		91-133	
	SD	13,232		11,599	
<b>Tekanan Darah Diastolik</b>					
Pre test	Mean	78,36	0,000	75,03	0,006
	Min-Max	61-101		53-91	
	SD	10,797		9,176	
Post Test	Mean	72,92		72,28	
	Min-Max	56-90		50-98	
	SD	7,966		10,708	
<b>Proteinuria</b>					
Pre test	Mean	3	0,007	2	0,005
Post Test	Mean	0		1	

Hasil penelitian menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kecemasan, tekanan darah sistolik dan diastolik, serta proteinuria pada kedua kelompok terapi.

Nilai *p-value* yang diperoleh adalah sebagai berikut: kecemasan (murattal al-qur'an : 0,000, musik klasik: 0,000), tekanan darah sistolik (murattal al-qur'an : 0,000, musik

klasik: 0,032), tekanan darah diastolik (murattal al-qur'an: 0,000, musik klasik: 0,006), dan *proteinuria* (murattal al-qur'an: 0,007, musik klasik: 0,005). Kedua terapi efektif dalam menurunkan kecemasan, tekanan darah, dan *proteinuria*.

#### **Pembahasan**

#### **Pengaruh Terapi Murattal Al-Qur'an terhadap Kecemasan pada Ibu Hamil Berisiko Preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Rajagaluh Kabupaten Majalengka Tahun 2024**

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi Murattal Al-Qur'an memiliki pengaruh *signifikan* terhadap kecemasan pada ibu hamil berisiko preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Rajagaluh, Kabupaten Majalengka, pada tahun 2024. Hasil uji *statistik* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05, yang berarti terdapat pengaruh *signifikan* antara terapi Murattal Al-Qur'an dengan tingkat kecemasan ibu hamil berisiko preeklampsia. Kehamilan, terutama pada trimester ketiga, seringkali diwarnai oleh kecemasan, yang dapat disebabkan oleh kekhawatiran mengenai kesehatan ibu dan bayi. Oleh karena itu, pengelolaan kecemasan sangat penting untuk mendukung kesehatan ibu dan bayi selama masa kehamilan.

Salah satu pendekatan non-farmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil adalah terapi Murattal Al-Qur'an. Terapi ini melibatkan pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an dengan irama yang teratur dan tajwid yang baik. Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa mendengarkan atau membaca Al-Qur'an dapat menghasilkan gelombang otak yang menenangkan, seperti gelombang delta dan theta, yang berkontribusi pada perasaan rileks dan tenang (Saleh et al., 2018). Hal ini mendukung temuan dalam penelitian ini bahwa terapi Murattal Al-Qur'an dapat memberikan pengaruh positif terhadap penurunan kecemasan.

Penelitian ini juga konsisten dengan temuan penelitian lain yang menunjukkan

bahwa terapi Murattal Al-Qur'an dapat mempengaruhi sistem tubuh secara fisiologis. Mendengarkan bacaan Al-Qur'an terbukti dapat mengubah arus listrik di otot, meningkatkan sirkulasi darah, mengatur detak jantung, dan mengubah kadar darah pada kulit, yang semuanya berkontribusi pada penurunan kecemasan (Ramadhani, 2019). Selain itu, terapi Murattal Al-Qur'an juga memiliki efek menenangkan yang dapat membantu mengurangi rasa takut dan cemas. Suara yang menenangkan dari pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an dapat mengaktifkan endorfin alami, menurunkan hormon stres, serta memperlambat pernapasan dan detak jantung, yang pada gilirannya mengurangi ketegangan dan stres (Asmaja et al., 2019).

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa terapi Murattal Al-Qur'an memiliki pengaruh positif terhadap penurunan kecemasan pada ibu hamil berisiko preeklampsia. Terapi ini tidak hanya menciptakan suasana relaksasi, tetapi juga menenangkan pikiran dan meningkatkan keseimbangan emosional, sehingga dapat menjadi salah satu alternatif yang efektif dalam mengatasi kecemasan selama masa kehamilan.

#### **Pengaruh Terapi Murattal Al-Qur'an terhadap Tekanan Darah pada Ibu Hamil Berisiko Preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Rajagaluh Kabupaten Majalengka Tahun 2024**

Hasil *analisis statistik* menunjukkan bahwa terapi Murattal Al-Qur'an berpengaruh *signifikan* terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik pada ibu hamil berisiko preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Rajagaluh, Kabupaten Majalengka, dengan nilai *p-value* sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ). Tekanan darah tinggi, khususnya pada preeklampsia, menjadi masalah yang serius karena dapat menyebabkan komplikasi bagi ibu dan bayi. Terapi Murattal Al-Qur'an, yang melibatkan mendengarkan bacaan Al-Qur'an, telah diusulkan sebagai pendekatan non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada ibu hamil.

Suara lembut dan irama bacaan Al-Qur'an dapat memicu sistem saraf parasimpatik yang berperan dalam menurunkan tekanan darah dan memperlambat denyut jantung. Terapi ini juga dapat menenangkan pikiran, mengurangi stres, serta meningkatkan perasaan rileks, yang berkontribusi dalam penurunan tekanan darah yang lebih stabil (Nurchairina & Nurlaila, 2022). Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa mendengarkan terapi Murattal Al-Qur'an, seperti bacaan surat Ar-Rahman, dapat menurunkan tekanan darah pada ibu hamil dengan preeklampsia. Lantunan Al-Qur'an terbukti menurunkan hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin, serta meningkatkan rasa tenang dan mengurangi kecemasan, yang semuanya berkontribusi pada penurunan tekanan darah dan peningkatan kesejahteraan ibu hamil (Hidayat & Prawitasari, 2021).

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa terapi Murattal Al-Qur'an dapat merangsang hipotalamus untuk melepaskan endorfin, hormon yang meningkatkan perasaan bahagia dan menurunkan tekanan darah. Secara keseluruhan, terapi ini terbukti efektif dalam memberikan efek relaksasi, mengurangi stres, dan stabilisasi tekanan darah pada ibu hamil berisiko preeklampsia.

#### **Pengaruh Terapi Murattal Al-Qur'an terhadap Proteinuria pada Ibu Hamil Berisiko Preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Rajagaluh Kabupaten Majalengka Tahun 2024**

Hasil uji *statistik* menunjukkan bahwa terapi Murattal Al-Qur'an berpengaruh *signifikan* terhadap *proteinuria* pada ibu hamil berisiko preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Rajagaluh, Kabupaten Majalengka, dengan nilai *p-value* sebesar 0,007 (< 0,05). *Proteinuria*, yang mengacu pada keberadaan protein dalam urine, merupakan indikator penting dalam diagnosis preeklampsia, suatu kondisi yang berbahaya bagi ibu dan janin. Terapi Murattal Al-Qur'an, yang melibatkan mendengarkan bacaan Al-Qur'an, telah

dikaji sebagai alternatif non-farmakologis untuk membantu mengatasi masalah ini (Yamin et al., 2025).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mendengarkan terapi Murattal Al-Qur'an dapat menurunkan kecemasan dan tekanan darah pada ibu hamil, yang secara tidak langsung dapat memengaruhi penurunan *proteinuria*. Kecemasan yang tinggi dapat meningkatkan tekanan darah, yang pada gilirannya memperburuk *proteinuria*. Dengan mengurangi kecemasan melalui terapi Murattal, kemungkinan penurunan *proteinuria* pun lebih besar.

Walaupun pengaruh langsung terapi Murattal Al-Qur'an terhadap *proteinuria* belum banyak dibahas dalam penelitian, terapi ini diketahui dapat menurunkan hormon stres seperti kortisol, meningkatkan hormon endorfin, dan memperbaiki sirkulasi darah. Semua ini berkontribusi pada pengelolaan stres dan kecemasan yang dapat memengaruhi fungsi ginjal serta *proteinuria* (Yamin et al., 2025). Berdasarkan hasil penelitian ini, terapi Murattal Al-Qur'an terbukti berpengaruh terhadap penurunan *proteinuria* pada ibu hamil berisiko preeklampsia, dengan cara memengaruhi keseimbangan hormonal dan respons tubuh terhadap stres, yang merupakan faktor risiko preeklampsia.

#### **Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan pada Ibu Hamil Berisiko Preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Rajagaluh Kabupaten Majalengka Tahun 2024**

Hasil uji *statistik* menunjukkan nilai *p-value* 0,000 (< 0,05), yang berarti bahwa terapi musik klasik berpengaruh *signifikan* terhadap kecemasan pada ibu hamil berisiko preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Rajagaluh, Kabupaten Majalengka, pada tahun 2024. Terapi musik klasik, khususnya musik Mozart, telah banyak diteliti dalam konteks kesehatan mental, termasuk untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil. Berbagai studi menunjukkan bahwa mendengarkan musik klasik dapat memberikan efek menenangkan yang

*signifikan*, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Musik klasik, dengan ritme yang lembut dan harmonis, dapat meniru detak jantung manusia, menciptakan suasana relaksasi, dan mengurangi ketegangan pada otot (Amalia, 2023).

Penelitian ini sejalan dengan temuan sebelumnya, yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan kecemasan setelah diberikan terapi musik klasik. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < \alpha$ ), yang menandakan adanya pengaruh terapi musik klasik terhadap kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III. Terapi musik klasik terbukti efektif mengalihkan perhatian dari kecemasan berlebihan, membantu tubuh menjadi lebih rileks, mengurangi stres, meningkatkan rasa aman, serta melepaskan rasa sakit (Suharnah et al., 2021).

Dengan demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik klasik berpengaruh *signifikan* dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil berisiko preeklampsia. Musik klasik dengan ritme yang lembut dan harmonis berperan dalam menciptakan efek relaksasi, menurunkan hormon stres, dan membantu ibu hamil merasa lebih tenang.

#### **Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Tekanan Darah pada Ibu Hamil Berisiko Preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Rajagaluh Kabupaten Majalengka Tahun 2024**

Hasil uji *statistik* menunjukkan nilai *p-value* 0,032 ( $<0,05$ ) untuk tekanan darah sistolik dan 0,006 ( $<0,05$ ) untuk tekanan darah diastolik, yang berarti terdapat pengaruh *signifikan* antara terapi musik klasik dengan tekanan darah pada ibu hamil berisiko preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Rajagaluh, Kabupaten Majalengka, tahun 2024. Terapi musik klasik telah menjadi fokus dalam penelitian kesehatan, terutama dalam mengelola tekanan darah pada ibu hamil. Berbagai studi menunjukkan bahwa mendengarkan musik klasik dapat memberikan efek positif terhadap tekanan darah, khususnya pada ibu

hamil yang mengalami hipertensi. Terapi ini dapat memengaruhi sistem saraf otonom, yang mengatur fungsi tubuh involunter seperti detak jantung dan tekanan darah. Musik klasik merangsang respons relaksasi yang meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatik dan menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik, yang akhirnya menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik (Simanjuntak et al., 2023).

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa uji *Wilcoxon* terhadap tekanan darah sistolik menghasilkan nilai  $p = 0,000$  dan untuk tekanan darah diastolik nilai  $p = 0,001$ , yang menunjukkan adanya pengaruh terapi musik klasik terhadap tekanan darah (Kurniawan et al., 2021). Musik klasik dikenal memiliki efek menenangkan yang membantu mengurangi stres dan kecemasan. Stres yang berlebihan dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, sehingga terapi musik yang mengurangi stres dapat menurunkan tekanan darah. Penelitian juga menunjukkan bahwa musik dengan tempo lambat dan melodi harmonis dapat menurunkan kadar hormon stres seperti kortisol, yang berkontribusi dalam pengaturan tekanan darah (Simanjuntak et al., 2023).

Dengan demikian, penelitian ini mengungkapkan bahwa terapi musik klasik berpengaruh *signifikan* dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil berisiko preeklampsia. Musik klasik dengan tempo yang stabil dan melodi menenangkan dapat merangsang efek relaksasi, menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik, dan membantu menstabilkan tekanan darah.

#### **Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Proteinuria pada Ibu Hamil Berisiko Preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Rajagaluh Kabupaten Majalengka Tahun 2024**

Hasil uji *statistik* menunjukkan nilai *p-value* 0,005 ( $<0,05$ ), yang mengindikasikan adanya pengaruh antara terapi musik klasik dengan *proteinuria* pada ibu hamil berisiko preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Rajagaluh, Kabupaten Majalengka, tahun

2024. Terapi musik klasik, khususnya pada ibu hamil, terbukti memiliki potensi dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan relaksasi, yang dapat berdampak positif pada kesehatan ibu, termasuk mengurangi *proteinuria*. *Proteinuria*, yang merupakan salah satu indikator preeklampsia, sering kali dipicu oleh tingkat stres dan kecemasan yang tinggi. Musik klasik memiliki efek menenangkan yang dapat menurunkan stres dan kecemasan. Stres berlebih dapat mempengaruhi fungsi ginjal dan meningkatkan risiko *proteinuria*. Dengan mengurangi kecemasan melalui terapi musik, diharapkan dapat menjaga fungsi ginjal dengan baik, sehingga mengurangi kemungkinan terjadinya *proteinuria* (Simanjuntak et al., 2023).

Terapi musik klasik juga dapat mempengaruhi sistem saraf otonom, yang berperan dalam mengatur tekanan darah dan fungsi organ tubuh lainnya. Musik yang menenangkan dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatik dan menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik, yang berkontribusi pada penurunan tekanan darah dan stres. Penurunan tekanan darah ini penting, karena hipertensi sering kali berkaitan dengan *proteinuria* pada ibu hamil (Simanjuntak et al., 2023). Sebagai intervensi non-farmakologis, terapi musik klasik terbukti efektif dalam mengelola kondisi psikologis ibu hamil. Mengurangi kecemasan dan meningkatkan relaksasi, terapi ini dapat membantu mencegah komplikasi seperti preeklampsia yang ditandai dengan *proteinuria* (Simanjuntak et al., 2023).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik klasik berpotensi membantu menurunkan tingkat *proteinuria* pada ibu hamil dengan risiko preeklampsia. Musik klasik yang menenangkan dapat mengurangi stres dan ketegangan, yang pada gilirannya memperbaiki fungsi ginjal dan mengurangi kebocoran protein dalam urin.

### Kesimpulan

Terapi Murattal Al-Qur'an menunjukkan pengaruh yang signifikan

terhadap kecemasan ( $p=0,000$ ), tekanan darah sistolik ( $p=0,000$ ), tekanan darah diastolik ( $p=0,000$ ), dan *proteinuria* ( $p=0,007$ ). Begitu juga, terapi musik klasik memberikan pengaruh signifikan terhadap kecemasan ( $p=0,000$ ), tekanan darah sistolik ( $p=0,032$ ), tekanan darah diastolik ( $p=0,006$ ), dan *proteinuria* ( $p=0,005$ ). Kedua terapi tersebut terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan, tekanan darah, dan *proteinuria*.

### Saran

Ibu hamil dianjurkan untuk menggunakan intervensi non-farmakologis, seperti mendengarkan Murattal Al-Qur'an dan musik klasik, sebagai alternatif dalam rutinitas perawatan sehari-hari untuk mengurangi kecemasan dan mendukung kesehatan secara menyeluruh. Selain itu, ibu hamil juga disarankan untuk menggabungkan dengan teknik relaksasi lainnya, seperti meditasi, yoga khusus untuk kehamilan, atau konseling, guna menjaga keseimbangan emosional.

### Daftar Pustaka

- Amalia, W. (2023). Musik klasik mozart sebagai pilihan dalam menurunkan kecemasan primigravida menjelang intranatal. *Media Husada Journal of Midwifery Science*, 1(1), 14–20. <https://doi.org/10.31328/ciastech.v6i1.5245>
- Asmaja, M. S., Rahayu, H. E., & Wijayanti, K. (2019). Efektifitas hipnoterapi dan terapi musik klasik terhadap kecemasan ibu hamil resiko tinggi di puskesmas magelang selatan tahun 2017. *Urecol*, 329–334. <https://journal.unimma.ac.id/index.php/urecol/article/view/1389>
- Hidayat, A. N., & Prawitasari, D. (2021). Efektivitas mendengarkan murattal terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil preeklamsi. *Proceeding Book Seminar Nasional Interaktif Dan Publikasi Ilmiah*, 1(2), 297–302. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.716>

- Isnaini, I., Hayati, E. N., & Bashori, K. (2020). Identifikasi faktor risiko, dampak dan intervensi kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester ketiga. *Analitika*, 12(2), 112–122. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i2.3382>
- Kurniawan, S. T., Armanto, I., & Aktifah, N. (2021). Pengaruh musik klasik mozart terhadap tekanan darah pasien operasi odontectomy. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 9(1), 1–10.
- Nurchairina, N., & Nurlaila, N. (2022). Pengaruh pemberian terapi murottal terhadap tekanan darah sistole ibu postpartum dengan riwayat p. *Midwifery Journal*, 2(2), 74–80.
- Rahman, A. (2020). Terapi dzikir dalam islam terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil. *Jurnal Tarbawi*, 5(1), 76.
- Ramadhani, F. (2019). *Pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pada pelaku rawat (caregiver) pasien stroke di wilayah kerja puskesmas sempaja*. Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
- RI, K. (2020). *Pedoman pelayanan antenatal terpadu edisi ketiga*. Kementerian Kesehatan RI. [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id)
- RI, K. (2024). *Agar ibu dan bayi selamat*. Kementerian Kesehatan RI. [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id)
- Saleh, M. C. I., Agustina, D. M., & Hakim, L. (2018). Pengaruh murottal al-qur'an terhadap tingkat kecemasan pada pasien jantung. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 3(2), 1–9.
- Simanjuntak, V. H. M., Batubara, Z., Manullang, R., & Aruan, L. Y. (2023). Penerapan terapi musik klasikal beethoven pada ibu hamil hipertensi di wilayah puskesmas bestari kecamatan medan petisah tahun 2024. *Karunia: Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(4), 229–236. <https://doi.org/10.58192/karunia.v2i4.1966>
- Sudirman, Tendean, H. M. M., & Wagey, F. W. (2021). Faktor - faktor yang berhubungan dengan terjadinya preeklampsia. *E-Clinic*, 9(1), 68–80. <https://doi.org/10.35790/ecl.9.1.2021.31960>
- Suharnah, H., Jama, F., & Suhermi, S. (2021). Pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III. *Window of Nursing Journal*, 2(1), 191–200. <https://doi.org/10.33096/won.v2i1.370>
- WHO. (2020). *Kematian ibu*. [www.who.int](http://www.who.int)
- Yamin, C. I. F., Silawati, V., & Suralaga, C. (2025). Pengaruh terapi murottal qur'an dan sholawat terhadap kecemasan ibu hamil dengan preeklampsia di RSUD koja jakarta utara. *Malahayati Nursing Journal*, 7(1), 323–342. <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i1.11546>